

極真会館 横浜港南支部 行事予定			2019年8月31日現在
月	日	行 事 名	場所・時間・備考
9月	23 (月・祝)	第11回神奈川県大会“KARATE横浜カップ2019”	横浜文化体育館
		※横浜カップは横浜港南支部が主催する大会です。道場生・関係者が力を合わせて大会を成功させましょう!道場生は、選手・スタッフ・セコンド等…全員が何かしらの形で参加して大会を盛り上げましょう!保護者の皆さんの応援・サポートも宜しくお願いします。 ※最新情報はWebサイト・メール配信で! ☆選手・スタッフで参加が9月の支部内合同行事参加となります。	
10月	19(土)	帯研(上級者特別稽古) ☆支部内合同行事	戸塚道場 17:30～
	27(日)	第27回全関東空手道選手権大会	茨城県武道館
11月	10(日)	2019秋季神奈川県ピギナーズ大会(第16回武魂杯)	
		各クラスのピギナーの試合	神奈川県立武道館
	16(土)	第96回 横浜港南支部 昇級・昇段審査会	金沢産業振興センター
		※詳細は道場掲示又はメール・WEBサイトでお知らせ。 ※受審申込〆切:11/2(土)	
		港南チャレンジ2019秋(支部内交流試合)	金沢産業振興センター
		詳細は決定次第、道場掲示又はメール・WEBサイトで	※申込〆切11/2(土)
	22(金)	2019ワールドエリート大会	武蔵野の森 総合スポーツプラザ (東京都 調布市)
	22～24 (金～日)	世界の強豪選手が集結“極真空手の世界一決定戦”	
		第12回全世界選手権大会	
12月	2(月)～8(日)	2019年大掃除週間 (支部内全道場で実施)	
	8(日)	セミコンタクト首都圏交流試合	駿河台大学大体育館
		☆極真会館が2018年に新設したセミコンタクトルールの試合	
	14(土)	2019 少年クリスマスイベント	金沢産業振興センター
	21(土)	帯研(上級者特別稽古) ☆支部内合同行事	戸塚道場 17:00～
		参加対象は高校生以上で緑帯以上 ※型の修得に重点をおく稽古	
1月	29(日)～4(土)	年末年始の休み 《全道場休館》	
	4(土)～6(月)	2020年総本部冬季合宿(兼・昇段審査会)	三峰神社(埼玉県秩父市)
	11(土)	2020年総本部鏡開き	本部直轄 代官山道場
	12(日)	2020年 横浜港南支部 鏡開き・新年会	東戸塚道場 11時から初稽古
		12時30分から新年会(中学生以上の道場生が対象・持ち寄り方式) ☆鏡開きの初稽古は1月の帯研(☆支部内合同行事)を兼ねて実施。	

※各大会の要項は道場にあります。参加希望者は各道場からお持ち下さい。
※横浜港南支部所属の選手が参加出来る大会は、この行事予定に記載された大会、またはメール(港南通信)・道場掲示等で選手募集をしている大会に限られます。それ以外の大会に特に出場を希望する場合は早めにご相談下さい。
(各種行事の詳細は通常1ヶ月前までにお知らせします)
※祝・祭日の稽古はお休みです、行事予定には記載しませんのでご注意ください。
※最新情報は道場掲示、横浜港南支部公式Webサイトをご確認下さい。

第95回昇級審査会 (2019年8月11日)				
昇 級 者				
一般・壮年・女子				
1級	小椋 洋石	佐久間 沙苑	伊藤 勉	保立 偉大
2級	井上 遷			
4級	川田 昭人	山西 英夫	上杉 唯斗	
5級	濱田 桃花	6級 成田 風香		
7級	松本 尚也	森谷 怜良		
9級	中村 敏和	上杉 健太		
少年部				
2級	和田 知磨			
3級	星野 就太	星野 優太	宅間 隼斗	茂木 ひまわり
	田所 龍馬	4級 永山 蓮		
5級	塚越 彩桜	佐藤 菜乃花	小野寺 滯旺	太田 董
	細田 晴翔	加藤 直人		
6級	五十嵐 舞夏	小澤 終介	神林 篤也	宮澤 栞奈
	峰尾 宗ノ丞			
7級	相澤 優樹	星 颯真	カンデル ニラズ	足立 康樹
	木下 慧音			
8級	大西 秀史	小笠原 律希	星野 心優	仁科 浩毅
	小島 大知	平中 佐和	奈須 遥音	小鹿 優翔
	齊藤 莉乃	齊藤 莉亜		
9級	稲本 隆之介	稲本 亜優	三瓶 匠海	野田 樹里
	三浦 有稀	神林 博也	福田 将崇	古谷 智貴
10級	佐藤 蒼夏	吉田 珠梨	吉田 宮子	船津 聡太郎
	王 真晞	小澤 橙介	黒澤 春馬	岡畑 一晴
	鈴木 冬駕	高橋 正春	石川 和虎	清水 壮晟
	牧山 太郎	赤津 知織	赤津 孝太郎	細田 直輝
	濱田 竜太郎			

昇級・昇段者の皆さん、おめでとうございます！

級位・段位が上がり、帯が変わることは自信にもなり、嬉しいことだと思います。しかし同時にその責任も重くなることを忘れてはなりません。今回の昇級・昇段の真価が問われるのは今後の稽古です。極真会館の帯に恥じぬよう、引き続き「心・技・体」を磨いて行きましょう。



横浜港南支部では最新情報・稽古の様子・道場の近況を、facebook・Twitterで随時発信しています！

“読むと強くなる”極真空手機関誌『ワールド空手』
 一流選手の特集・技術解説・大会や行事の情報が盛りだくさん。極真道場生必読の書です！
 ※各常設道場で販売中！9月号 ¥900
 (奇数月の月末発売)

”4年に一度の世界最強決定戦”
『第12回全世界空手道選手権大会』 チケット販売中！

極真会館が4年に一度開催する「第12回全世界空手道選手権大会」がこの秋(下記日程)開催となります。世界各国から強豪勢が参戦し、世界最強の座を争い戦います。素手素足・直接打撃・体重無差別で3日間戦い抜いて優勝が決まるという他に類を見ない過酷なトーナメント戦です。正に極真空手の真髄を体現する世界最高峰のこの大会を、ぜひこの機会に会場で肌で感じて、今後の稽古の動機付けにして頂ければ幸いです。

☆日時:2019年11月22～24日(金～日)
 ☆会場:武蔵野の森 総合スポーツプラザ (東京都調布市)

横浜港南支部では、全世界大会チケット割引販売を受付中です。詳しくは各道場で配布中のチケット販売のお知らせ、または道場メールマガジン港南通信をご確認下さい。(申込み〆切:10月26日)

消費税率引き上げに伴う金額変更について

10月1日からの消費税率引き上げに伴い、各種金額を一部改定いたします。尚、金銭授受を円滑に行うため、端数を切り捨て又は切り上げたものがあります。ご理解ご確認のほど宜しくお願いいたします。 ※表示は全て税込み

◇月会費(9月末引落し分から改定金額)
 ・中学生以下:7,560円→7,700円 ・女子:7,560円→7,700円
 ・高校生及び20歳未満の学生:8,640円→8,800円 ・社会人:9,720円→9,900円

◇昇級審査料:10,000円→11,000円 (2019年11月の第96回審査会から改定)

◇空手道着・サポーター類(10月1日以降の購入分から改定価格)
 ・普通道着(帯付き上下セット):10,800円→11,000円 ※上下同サイズのみ
 ・普通道着(帯なし上下セット):9,720円→9,900円 ※上下同サイズのみ
 ・上質道着(上のみ・下のみ、または別サイズの上下):上衣8,400円・下衣5,600円
 ・一撃道着:13,400円→13,640円／刺繍1文字300円→310円 ※上下同サイズのみ
 ・拳サポーター:1,450円→1,500円 ・スネサポーター:2,150円→2,200円
 ・金的サポーター:1,550円→1,600円 ・パンチンググローブ:3,350円→3,400円

※公認サポーターの価格も同様に改定されます。詳しくはWebサイト道場生のページ内の「公認サポーター購入申込書」をご確認下さい。
 本紙裏面の公認防具QRコードでもアクセス可能です。

◆一撃オフィシャルショップの定めた日程に従い、
 一撃道着・公認サポーターの旧税率(8%)適用は、
2019年9月20日(金)までの注文分とさせていただきます。
 それ以降の注文については新税率(10%)の価格となります。

【忘れ物に注意！】
 忘れ物は道場所定の場所に1週間保管しますので、早目に持ち帰るようにしましょう。
 また、他の人のサポーターなどを取り違えて持ち帰った場合は速やかに道場へお持ち下さい。
 自分の持ち物を大切にしましょう。

極真会館 神奈川横浜港南支部 道場新聞

港南瓦版

VOL.63
2019/8/31

〔発行〕
 国際空手道連盟極真会館
 神奈川横浜港南支部
 支部長 羽田シゲル

〒231-0057
 横浜市中区曙町5-68
 TEL 045-243-1875
 FAX 045-243-1882

警報発令で稽古中止
 (幼年・少年・青少年)
■防災対策として、稽古開始時間の1時間前の時点で気象庁から『横浜市』に各種気象警報を発令した場合、幼年部・少年部・青少年の稽古を中止とします。
 ※詳しくは稽古時間割に記載の規定詳細をご参照下さい。

【紹介入門特典】
 友人・知り合いなどで入門希望者がいましたら、ご紹介下さい。入門手続きの際に「紹介カード」(案内書裏表紙)の提出で、極真空手道着を無料進呈いたします。
 ※他の特典との併用は出来ない場合があります。
 ※特典適用には諸条件があります。詳しくはお尋ね下さい。

道場だより

各道場の指導員・道場生が極真空手への想いや道場や稽古の様子を綴ります。

【横浜本部道場】20年余り使った横浜本部道場の袖看板が新しくなりました。極真会館ではクリエイティブディレクターの佐藤可士和氏の監修のもと、ロゴマークなどの世界的統一を進めています。今回新しく横浜本部道場に掲げられた看板も観空マークや文字の内容・字体・余白に至るまで細かい指導が入り、世界基準に則った看板が出来上がりました。今後極真会館の道場に設置される看板や印刷物・Webサイトはこの基準のものに随時刷新されるものと思います。近い将来、海外の都市へ旅行した際に統一基準の極真空手の看板を目にするようになると思います。国内海外旅行の一つの楽しみにしてみてもいいですね。

【戸塚道場】真夏の猛暑はやはりとても暑かったですが、だんだんと気温も下がってきて体への負担も楽になってきました。戸塚では小さい子の人数が少し増えてきて、幼年部の時間も増えつつあります。また、幼年部に出てた子が次の少年部に出たり、少年部で一番後ろだった子もいつの間にか一番前の列にいたり、そういう世代交代も垣間見えます。また春から始まった火曜日も盛り上がりつつあるので、週4回の稽古を活用して大人、子供含め良い道場稽古の場を作っていければ良いなと思います。

【上大岡道場】最近の上大岡道場では少年少女道場生の元気に負けないくらい、壮年部道場生が熱い稽古をしています。強さを求めて・体力向上・健康維持・護身のためと稽古に対する目的は様々ですが、道場で永遠の青春を謳歌しています。社会人・家庭人として多忙な時間を過ごしながらも、自らの意思で時間を作り稽古に励む姿は尊敬に値します。少年少女道場生の皆も壮年部道場生に負けないように稽古を頑張ろう。

【支部内出稽古について】横浜港南支部では支部内全ての道場で対象クラスの稽古に参加出来ます。登録道場以外の稽古に初めて参加する時に初回だけ指導者に支部登録Noを申告して下さい。(番号が不明だと稽古回数に加算が出来ません。)皆さん、積極的に稽古に参加して下さい。※支部登録Noが不明の場合は、指導者・事務局へお問合せ下さい。

《保護者見学日について》 幼年・少年・青少年の保護者見学日は、毎月3回目の稽古です。祝日や行事等で稽古が休みとなった日は回数に入れず、実際に稽古を行った3回目の稽古が見学日です。(選手クラスは見学不可)時々はお子さんの稽古ぶり・上達ぶりをご覧ください。子どもたちの自立した稽古のために見学日を限定しておりますが、幼年・低学年などが慣れるまでの期間は例外も認めますので、必要な場合はお申し出下さい。※見学の際はマナーをお守り下さい。(道場掲示参照)

連絡先一覧
◎支部事務局 TEL045-730-2751 ◎支部事務局 office@kyokushin-yokohama.com
fax045-730-2752 ◎羽田支部長 kyokushin@dawing.com
◎横浜本部道場 TEL045-243-1875 ◎宍倉分支部長 shishikura@kyokushin-yokohama.com
◎戸塚道場 TEL045-869-5370 ◎石田責任者 32ru358@gmail.com
◎上大岡道場 TEL045-326-6981
◎東戸塚道場 TEL070-1229-8108

※稽古を優先するために稽古時間中は電話に出られないことがありますことをご容赦下さい。
極真会館 神奈川横浜港南支部道場新聞 港南瓦版vol.63 2019年8月31日号
☆港南瓦版は2・5・8・11月末日に発行

【東戸塚道場】しばらく上腕に痛みがあって、羽田師範から「三戦の型」と「超ゆっくり拳立て」を勧めていただくことができました。痛みが引いた後も「三戦の型」と「超ゆっくり拳立て」は継続しています。空手には素晴らしい知恵があることを知らされ、これを機に自身自身の体や技をもう一度基本から作り直してみようという思いに至りました。機会をいただいている稽古指導の中でも、基本の大切さ、しっかりした土台を築くことの大切さを話します。それをどう伝えるかは常に苦慮するところですが、粘り強く伝えていきたいと思います。4年に一度の世界大会がありますが、壇上の選手たちの攻防を見ると、どれほど基本を積み重ねたのかをうかがい知ることができます。勝ち負けだけではなく、一流の選手たちの技、動きを見ることも世界大会の醍醐味です。

【本牧道場】押忍。若林です。この度約1年ぶりの試合として茨城県JOSOカップに出場させていただきました。昔から成嶋先生が大きな相手に立ち向かい勝っていく姿に憧れていたもので、体重無差別での試合を楽しみに稽古に励みました。しかし、決勝戦の内容は、何もできない悔しい内容でした。ビデオを見返し、先輩にアドバイスをもらう中で、自分の組手の腰が高いこと、立ち方が悪いことに気が付くことができました。そして、自分に本当に必要な稽古は、師範や先輩が常々仰っている、器を作る基本稽古と移動稽古だということを学びました。これからは、これまで以上に基本を大切に、自分の理想の組手を目指したいです。最後になりましたが、師範、先生、そして茨城まで応援に駆けつけてくださった黒川先輩、小椋先輩本当にありがとうございました。押忍。

【泉道場】春から夏にかけて新しい仲間が増え、賑やかになりつつある泉道場は充実した秋を迎えます。まだ上手く動けないながら強さへの熱い想いを内に秘めた白帯がいるとやはり稽古は活気付きます。オレンジ帯や青帯の道場生は、初めて後輩という存在に出会い嬉しい戸惑いを感じていると思います。中上級者も含め先輩となった道場生は自身の動きや立ち居振る舞いに自覚を持つよう心掛け泉道場を「学び合いの道場」にして行きましょう。戸塚道場や東戸塚道場へ出稽古をする道場生も増えていきます。足が届く人は積極的に出稽古をし交流を深めまて行きましょう。

横浜港南支部からのメールが届いていない方は確認を！
■アドレスを変更をした場合は、横浜港南支部公式Webサイト「道場生のページ」の専用フォームで登録をして下さい。
■迷惑メール設定をご確認下さい。 ★ドメイン 指定受信は「kyokushin-yokohama.com」からのメールを受信する設定に。
※ 携帯メールの設定方法は電話会社によって異なりますので、各電話会社へお問合せ下さい。

港南瓦版の次号の発行は
11月30日です。

港南瓦版に参加しませんか？
投稿はイラスト・極真空手や横浜港南支部への思い・稽古日記・試合出場の感想など何でも結構です。また、こんな企画を…などの提案も大歓迎です！
締め切り:2019年11月15日(金)
メール↓↓↓
office@kyokushin-yokohama.com

支部長コラム

「正々堂々」

道場生・保護者有志のご厚意で、大会会場に掲げる支部の応援幕を作って頂けることになり、私はそこに掲げる言葉を決める役目を仰せつかった。

その言葉は、緊張の中で会場に入り、意を決して試合場へ上がる選手たちへ贈る言葉でなければならない。

机に向かって思い付く言葉を書き出してみたり、名言集をネット検索してみると洗練された言葉や洒落た言い回しが沢山あったが、どうも決まらぬまま京都で開催する極真祭を迎えた。

極真祭は、青少年・壮年・女子・型競技それぞれの日本一を決める大会だ。その会場に身を置き、その空気を吸いながら選手たちの緊張・闘志を肌で感じていた時、

突如、「正々堂々」という言葉が降って来た。

やはり、こういう言葉は机上や画面では決まらないのだ。

この「正々堂々」について調べてみると、孫武の兵法書「孫子」に書かれた「正正の旗を邀ふる無く、堂堂の陣を撃つ無し、此れ変を治むる者なり」が語源で、

「旗の列がしっかりと整っているような軍隊、士気の高い軍隊と戦ってはいけない」という意味の様だ。

横浜港南支部から出場する選手はこの言葉を胸に刻み、礼節を正し、覇気をもって正々堂々戦って欲しい。

また、大山倍達座右の銘の「五、武の道は姿なり 何事においても常に姿を正しくすべし」にも通じる言葉でもあることも学ぶことが出来た。有志の皆さんに感謝申し上げたい。

岩上先生の言いたい放題コラム

当支部顧問の岩上雄一先生(上大岡・岩上整骨院院長)のコラムページが道場公式Webサイトに設置されました。他では中々読むことが出来ない健康に関する情報です。アクセスはWebサイトメニュー内「ブログ＆読み物」から。

“本牧道場 石田師範代のお店”『BOOK STAR』

不要になった本・CD・DVD・ゲームソフトを高価買い取りします。大量の場合(段ボール2箱以上)の場合はお電話1本で出張買取もOK! TEL&FAX 0120-460-344
☆各道場への持ち込みもOK! まずはご相談下さい。

大会入賞者

7月14日	2019 東日本大会	中学1年男子 -50kg級	優勝	保立 偉大
		中学2・3年男子 -55kg級	第3位	成田 海翔
8月3日	茨城県大会 2019JOSOカップ	壮年35歳～44歳	準優勝	若林 賢
		小学6年生+40kg	第3位	渡辺 悠
		小学6年生 黄帯以上の部	優勝	山本 哲弥
		小学5年生 黄帯以上の部	準優勝	耕田 真之
8月24日	2019極真祭 青少年全日本大会	12歳男子 -50kg級	準優勝	保立 偉大

大きな大会を目指すなら『選手会』に登録を！

関東大会・国際親善大会・極真祭などの大会に出場するには、「選手会登録」が必要です。選手会合同稽古も定期的の実施していますので、対外試合への出場を考えている道場生は早めに登録をして下さい。選手会登録申込書は各道場でお渡します。

関東地区強化選手会の登録について

関東地区強化委員会では、強化選手を対象に定期的に関東地区強化稽古を実施しています。一般・女子・ユース(中高生)それぞれの強化選手登録希望者は支部長または各指導員まで。

サポーターの使用について

- 金的サポーター(女子は下腹部ガード)は安全確保の為に極力使用するようにしましょう。
- 小学5年以上の女子は、対人稽古(受返し・スパーリング等)の際、胸サポーターを必ず使用して下さい。
- 試合用の「一撃オープンフィンガーグローブ」はクッションが薄いので、道場の稽古では原則使用禁止とします。

※男子用金的サポーターは各常設道場で販売しています。(¥1,550税込)
※女子用の胸サポーター・下腹部ガードは、試合用公認防具と同様、注文販売となります。詳しくは左の記事をご覧ください。

■稽古で使う道着・サポーター類は、常に清潔に保ちお互いが快適に稽古できるようにしましょう。

公認防具の販売について

公式試合(県大会以上)で使用が義務付けられている公認サポーターを道場で販売しています。

各道場または右のQRコードから注文用紙・サイズ表を入手してお申込み下さい。

公認防具
注文用紙

→→→

公認防具
サイズ表

→→→



小中学生の支部外道場への出稽古について

小中学生の支部外道場への出稽古は、原則地区大会以上の入賞実績を持つ者となります。また出稽古は単独参加を原則とします。なお、帰省先等での出稽古は上記の限りではありません。